

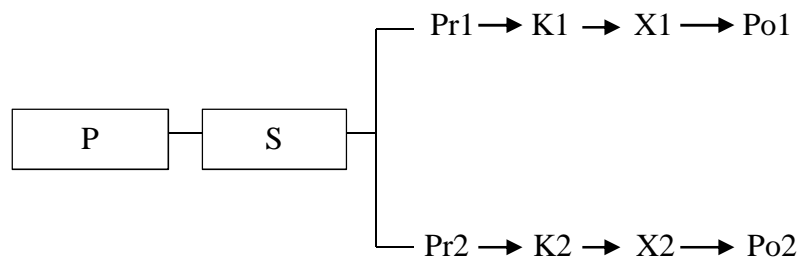
BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah rancangan penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga dapat menuntun peneliti untuk memperoleh jawaban terhadap rumusan masalah dalam penelitian (Sastroasmoro & Ismael, 2011).

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *Quasi Eksperimental Pre-Post Test Two Group Design* yaitu penelitian yang bertujuan untuk menilai hubungan sebab dan akibat antara variable dengan cara membandingkan pengaruh waktu pemberian intervensi *Slow Stroke Back Massage* sebelum menstruasi dan pemberian intervensi *Slow Stroke Back Massage* pada saat menstruasi kemudian dilihat pemberian yang lebih efektif yang mana pemberian intervensi waktu sebelum periode menstruasi atau pada saat periode menstruasi. Peneliti memilih jenis penelitian ini untuk mengetahui perbandingan *Slow Stroke Back Massage* sebelum dengan saat periode menstruasi terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada mahasisiwi rusunawa Universitas Muhammadiyah Malang. Progam latihan akan dilakukan selama 8 minggu dengan pemberian *Slow Stroke Back Massage* sebelum menstruasi dilakukan setelah hari ke 7 setelah menstruasi dengan lama pemberian intervensi 3 hari selama seminggu dan pemberian saat menstruasi dilakukan pada hari pertama menstruasi sampai hari ketiga menstruasi.



Hasil dari Kelompok 1 dan Kelompok 2 dibandingkan

Keterangan :

P : Populasi (Objek Penelitian)

S : Sampel

Pr1 : Pretest nyeri sebelum diberikan *Slow Stroke Back Massage* saat periode menstruasi

Pr2 : Pretest nyeri sebelum diberikan *Slow Stroke Back Massage* sebelum periode menstruasi

K1 : Kelompok 1 diberikan intervensi saat menstruasi

K2 : Kelompok 2 diberikan intervensi sebelum menstruasi

X1 : Intervensi *Slow Stroke Back Massage* saat periode menstruasi

X2 : Intervensi *Slow Stroke Back Massage* sebelum periode menstruasi

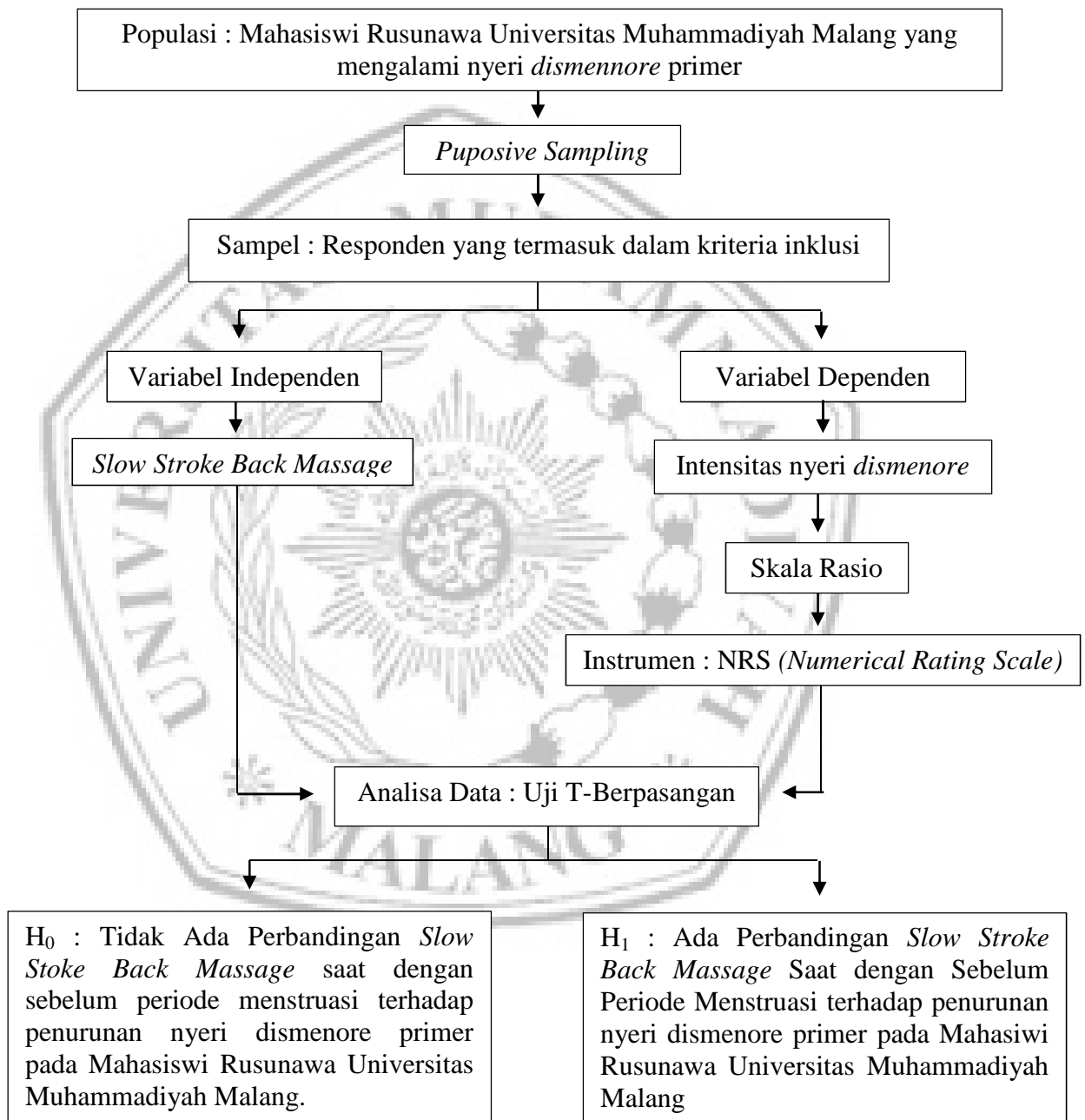
Po1 : Posttest nyeri setelah diberikan *Slow Stroke Back Massage* saat periode menstruasi

Po2 : Posttest nyeri setelah diberikan *Slow Stroke Back Massage* sebelum periode menstruasi

Bagan 4.1 Desain Penelitian

B. Kerangka Kerja Penelitian (*Frame Work*)

Kerangka Penelitian Perbandingan *Slow Stroke Back Massage* Saat dengan Sebelum Periode Menstruasi Terhadap Penuruna Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Rusunawa Universitas Muhammadiyah Malang.



Bagan 4.2 Kerangka Kerja Penelitian

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah kumpulan dari individu atau objek atau fenomena yang secara potensial dapat diukur sebagai bagian dari penelitian (Swarjana, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswi Rusunawa Universitas Muhammadiyah Malang yang memiliki riwayat nyeri saat menstruasi (*dismenore primer*).

2. Sampel

Sample adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmojo, 2010). Menurut Sugiyono (2011) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah bagian dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi pada Mahasiswi Rusunawa Universitas Muhammadiyah Malang yang mengalami nyeri *dismenore* yang diberikan 2 kali perlakuan diwaktu yang berbeda.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling dalam penelitiann menggunakan *Non Probability Sampling* dengan metode *Purposive Sampling* dengan teknik penentuan sampel dipilih melalui penetapan kriteria tertentu oleh peneliti (Sugiyono, 2011). Pemilihan sekelompok subjek dalam purposive sampling didasarkan atas ciri-ciri tertentu yang sudah diketahui sebelumnya, disesuaikan dengan kriteria – kriteria tertentu yang diterapkan berdasarkan penelitian (Swarjana, 2015).

Sampel yang ditentukan oleh peneliti pada penelitian ini ditentukan berdasarkan kriteria inklusi, kriteria eksklusi serta kriteria drop out adalah sebagai berikut :

1. Kriteria Inklusi

- a. Mengalami nyeri *dismenore primer*
- b. Memiliki siklus menstruasi yang teratur
- c. Usia minimal 17 tahun dan maksimal 24 tahun
- d. Bersedia menjadi responden penelitian hingga penelitian selesai

2. Kriteria Eksklusi

- a. Responden yang memiliki alergi terhadap stimulus pada kulit.
- b. Memiliki gangguan ginekologi tertentu atau *dismenore skunder*
- c. Memiliki aktivitas fisik rutin
- d. Tidak bersedia menjadi responden
- e. Tidak mengalami nyeri *dismeore primer*
- f. Responden dalam pengawasan terapi farmakologi
- g. Subjek sudah menikah atau sudah pernah melahirkan

3. Drop out

- a. Responden mengkonsumsi obat pereda nyeri ketika menstruasi selama dilakukan penelitian
- b. Tidak rutin melakukan latihan
- c. Responden meninggal dunia

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas (*Independent*)

Variabel bebas pada penelitian tentang perbandingan *Slow Stroke Back Massage* saat dengan sebelum periode menstruasi terhadap penurunan nyeri *dismenore* primer pada Mahasiswi Rusunawa Universitas Muhammadiyah Malang adalah pemberian *Slow Stroke Back Massage*.

2. Variabel Terikat (*Dependent*)

Variabel terikat pada penelitian tentang perbandingan *Slow Stroke Back Massage* saat dengan sebelum periode menstruasi terhadap penurunan nyeri *dismenore* primer pada Mahasiswi Rusunawa Universitas Muhammadiyah Malang adalah penurunan intensitas nyeri *dismenore* primer.

E. Definisi Operasional

Tabel 4.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Instrumen	Skala data
1.	Variabel Independen <i>Slow Stroke Back Massage</i>	Stimulasi kulit yang dilakukan untuk menghilangkan nyeri, bekerja dengan mendorong pelepasan endorphin sehingga memblok transmisi stimulasi nyeri. Dan dapat melancarkan sirkulasi darah dan meigkatkan kualitas tidur. Terapi dilakukan sebelum menstruasi 3 hari seminggu dan pada saat menstruasi 3 hari dimulai dari hari pertama	SOP	-

		sampai dengan hari ketiga saat menstruasi. Terapi dilakukan dalam waktu 3-10 menit.		
2.	Variabel dependen Penurunan Intensitas Nyeri <i>Dismenore</i>	<i>Dismenore</i> adalah nyeri atau rasa sakit saat menstruasi yang dirasakan di daerah perut bagian bawah dan dapat menjalar ke punggung atau permukaan dalam paha. Alat yang digunakan untuk mengukur nyeri menggunakan skala NRS (<i>Numerical Rating Scale</i>) pengukuran penurunan intensitas nyeri pada Mahasiswa Rusunawa Universitas Muhammadiyah Malang.	NRS (<i>Numerical Rating Scale</i>)	Rasio

F. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Rusunawa (Rumah Susun Mahasiswa Putri) Universitas Muhammadiyah Malang.

G. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2018 sampai bulan Maret 2018, dimana pada bulan Januari 2018 sebagai tahap persiapan dan pada bulan Februari sampai bulan Maret 2018 sebagai tahap penelitian.

H. Etika Penelitian

Penelitian ini menggunakan manusia sebagai subjek sehingga tidak boleh bertentangan dengan kode etik. Dalam penelitian yang akan dilakukan harus mengikuti aturan etik penelitian harus mendapat persetujuan dari subjek

untuk menjadi responden selama penelitian (Setiadi, 2007). Bentuk etika penelitian antara lain :

1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Informed Consent adalah persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembaran persetujuan. *Informed consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan tujuan agar responden mengerti maksud, tujuan penelitian dan mengetahui dampaknya. Jika responden bersedia maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan. Sedangkan jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati keputusan dan hak responden.

2. Kerahasiaan nama dan identitas (*Anonymity*)

Anonymity merupakan masalah etika yang memberikan jaminan untuk menjaga kerahasiaan dan tidak mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan, sebagai gantinya peneliti menggunakan inisial nama.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Confidentiality merupakan masalah etika yang memberikan jaminan dengan cara menjaga kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah lainnya. Semua informasi dan catatan data responden disimpan sebagai dokumentasi penelitian dan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti.

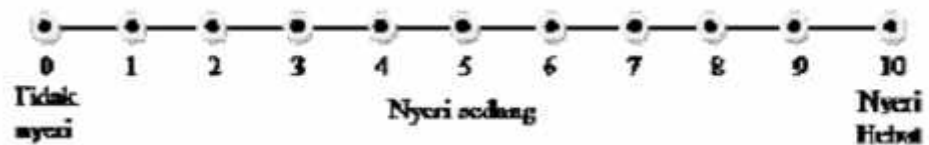
4. Asas kemanfaatan

Peneliti harus secara jelas mengetahui manfaat dan resiko yang mungkin terjadi selama proses penelitian. Penelitian ini boleh dilakukan apabila manfaat yang didapatkan atau dampak positifnya lebih besar daripada resiko atau dampak negative yang akan diperoleh. Peneliti

melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur penelitian untuk mendapatkan hasil yang maksimal mungkin bagi responden penelitian dan dapat digeneralisasi ditingkat populasi.

I. Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan instrument lembar pengukuran tingkat nyeri. Pengukuran nyeri pada penelitian ini menggunakan skala penilaian nyeri numeric (*Numerical Rating Scale*). Skala ini digunakan untuk mengganti pendiskripsian kata. Dalam hal ini responden menilai nyeri yang dirasakan dengan menggunakan skala angka 0-10. Skala ini merupakan skala yang paling efektif digunakan untuk mengkaji intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi.



Gambar 4.1 Skala Nyeri (*Numeric Rating Scale*)

Kriteria Nyeri :

1. Skala 1-3 merupakan nyeri ringan, pasien masih dapat berkomunikasi dengan baik. Nyeri hanya sedikit dirasakan.
2. Skala 4-6 merupakan nyeri sedang secara objektif, pasien mendesis, menyeringai dengan menunjukkan lokasi nyeri. Pasien dapat mendeskripsikan rasa nyeri dan dapat mengikuti perintah.

3. Skala 7-9 merupakan nyeri berat, pasien sudah tidak dapat mengikuti perintah, namun masih dapat menunjukkan lokasi nyeri dan masih ada respon terhadap tindakan.
4. Skala 10 merupakan nyeri sangat berat dan tak tertahankan, pasien tidak dapat berkomunikasi dengan terapis.

J. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam penelitian (Nursalam, 2008)

Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data antara lain sebagai berikut :

1. Sumber Data

Data primer merupakan data sumber pertama yang diperoleh dari individu atau secara perorangan, contohnya melalui hasil wawancara atau dari hasil pengisian lembar kuesioner yang diberikan peneliti kepada responden atau subjek sasarannya (Sugiyono, 2012). Data primer diberikan dengan cara memberikan lembar pengukuran tingkat nyeri yaitu NRS (*Numerical Rating Scale*)

2. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dalam penelitian ini dimulai dari bulan Januari 2018 yaitu dimulai dari persiapan :

- a. Sebelum memulai penelitian, peneliti terlebih dahulu mengajukan surat permohonan izin kepada Kepala Prodi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammdiyah Malang.

- b. Setelah mendapatkan surat permohonan izin dari Kepala Prodi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, peneliti mengajukan permohonan izin penelitian kepada instansi atau tempat penelitian yang ditujukan.
- c. Setelah mendapatkan izin dari instansi atau tempat peneliti yang dituju, penelitian bisa dilaksanakan.
- d. Peneliti membuat jadwal penelitian dan mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan selama penelitian

3. Tahap Pelaksanaan

- a. Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan penelitian yang akan dilakukan
- b. Peneliti menentukan sampel penelitian sesuai kriteria inklusi yang telah ditentukan
- c. Permintaan persetujuan responden (inform consent) dengan diberikan penjelasan secara lisan dan tertulis tentang tujuan penelitian, manfaat penelitian, prosedur penelitian dan hak responden.
- d. Menjelaskan tentang intervensi yang akan diberikan kepada responden
- e. Melakukan intervensi *Slow Stroke Back Massage* pada kelompok yang mengalami nyeri haid atau *dismenore* yaitu dilakukan pada menstruasi pertama sampai dengan hari ketiga.
- f. Setelah dilakukan intervensi *Slow Stroke Back Massage* responden yang sebelumnya menjadi kelompok yang diberikan saat mengalami dismenore akan menjadi responden pada kelompok pemberian intervensi *Slow Stroke Back Massage* sebelum menstruasi yaitu perlakuan pemberian intervensi satu minggu setelah mengalami

menstruasi terakhir dan latihannya 3 hari seminggu sampai menstruasi bulan selanjutnya.

- g. Penelitian ini dilakukan 2 bulan mulai dari bulan Februari 2018 sampai bulan Maret 2018.
- h. Setiap selesai pemberian intervensi sebelum ataupun selama menstruasi peneliti harus selalu menanyakan kepada responden tentang perubahan nyeri yang dirasakan.
- i. Meminta responden untuk menjawab pertanyaan peneliti dengan benar dan sejujur-jujurnya.
- j. Mengucapkan terimakasih atas kerjasamanya kepada responden.

4. Tahap Pengolahan Data

a. *Editing*

Pada tahap ini peneliti memeriksa kelengkapan isi kusioner, kejelasan penulisan jawaban, relevansi, dan konsisten dengan pertanyaan pada lembar kusioner yang dibagikan kepada responden. Setelah peneliti melakukan pengecekan pengisian kusioner, maka kusioner yang tidak lengkap, tidak jelas, tidak relevan dan tidak konsisten dengan pertanyaan akan diklarifikasi langsung kepada responden yang bersangkutan. Tujuannya untuk memudahkan penelitian dalam menganalisa data.

b. *Coding*

Coding adalah mengklarifikasi jawaban – jawaban yang telah diberikan oleh responden kedalam bentuk angka atau bilangan. Biasanya klarifikasi dilakukan dengan cara memberikan tanda atau

kode berbentuk angka masing – masing jawaban (Setiadi, 2013). Skor yang didapat oleh responden dihitung dengan kategori sebagai berikut

- 1) Jika jawaban benar diberikan nilai 1
- 2) Jika jawaban salah diberikan nilai 0

c. *Processing*

Pada tahap ini peneliti memproses semua data selama penelitian dengan cara melakukan entry dari masing – masing responden kedalam program computer dalam bentuk angka sesuai dengan skor jawaban yang telah ditentukan ketika *coding*.

d. *Cleaing*

Tahap akhir dalam pengolahan data. Peneliti mengecek kembali data yang telah dimasukan kedalam program computer, setelah dipastikan tidak ada kesalahan maka dilakukan tahap selanjutnya yaitu analisa data sesuai dengan jenis data.

K. Rencana Analisa Data

Analisis data merupakan kegiatan dalam penelitian dengan melakukan analisis data yang meliputi persiapan, tabulasi dan aplikasi data (Zakaria & Soekidjo, 2010). Data yang kemudian di peroleh kemudian diolah dan dianalisis melalui tahapan – tahapan :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dahulu untuk menguji keselarasan akan kepastian data yang diperoleh. Pengujian normalitas dapat diuji dengan bantuan software statistik *SPSS for Windows* menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* atau *Saphiro Wilk*. Uji normalitas dilakukan pada

data *pretest* dan *posttest*. Dasar pengambilan keputusan untuk melihat data normal adalah sebagai berikut :

- a. Nilai signifikan 2 *tailed* 0,05 maka H_0 ditolak hal ini berarti data tidak terdistribusi dengan normal.
- b. Nilai signifikan 2 *tailed* 0,05 maka H_0 diterima, hal ini berarti data terdistribusi dengan normal.

2. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk menjelaskan atau mendiskripsikan karakteristik variable yang diteliti. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dari tiap variable (Soekidjo, 2010). Analisa univariat pada penelitian ini adalah menggambarkan intensitas nyeri pada responden, Usia dan IMT.

3. Analisa Bivariat

Analisis dua variable, analisa bivariate yang digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian *Slow Stroke Back Massage* sebelum dan saat periode menstruasi terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada mahasiswi rusunawa Universitas Muhammadiyah Malang, yang terdiri dari :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas sampel atau menguji normal tidaknya sampel adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sedaran data yang akan dianalisis (Arikunto, 2010). Tujuan uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah distribusi sebuah data mengikuti atau mendekati distribusi normal. Untuk mrngrtahui angka distribusi data mempunyai distribusi normal atau tidak secara

analitis dapat menggunakan uji *Kolmogrov-Smirnov* atau *Shapiro Wilk*. Uji *Kolmogrov-Smirnov* untuk sampel besar > 50 sedangkan *Shapiro Wilk* untuk sampel yang sedikit < 50 . Kriteria distribusi data dikatakan normal bila nilai kemaknaan (p) $> 0,05$ dan data tidak normal jika (p) $< 0,05$.

Jika hasil pengujian menunjukkan sampel berdistribusi normal maka uji beda yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah uji parametrik (*Paired Samples T-test*).

b. Uji T Berpasangan (*Paired Sampel T-test*)

Pengujian ini dilakukan terhadap dua sampel berpasangan (*paired*). Sampel yang berpasangan diartikan sebagai sebuah sampel dengan subyek yang sama namun mengalami dua perlakuan atau pengukuran yang berbeda (Santoso, 2016). Uji statistik dengan *paired sampel T-Test* digunakan untuk menjelaskan ada atau tidaknya perbedaan signifikan penurunan nyeri pada penderita dismenore saat dan sebelum periode menstruasi setelah diberikannya *slow stroke back massage*. Jika $p\text{ value} > 0,05$, maka ada pengaruh selisih *pretest* dengan *posttest* *slow stroke back massage* saat periode menstruasi dan *pretest* dengan *posttest* *slow stroke back massage* sebelum periode menstruasi. (Santoso, 2016).

c. Uji *Independent T-test*

Analisis data yang digunakan untuk uji dua sampel tidak berpasangan adalah uji statis parametric yaitu *Independent T-Test*, yang digunakan untuk mengidentifikasi perbandingan *slow stroke back massage* saat periode mesntruasi dengan sebelum periode menstruasi terhadap penurunan nyeri dismenore primer.

Dasar pengambilan keputusan berdasarkan probabilitas dengan tingkat sig.2 tailed ($\alpha = 0,05$), yaitu :

- 1) Jika nilai $p > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak
- 2) Jika nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima

Dasar pengambilan keputusan berdasarkan perbandingan antara t hitung dengan t table yaitu :

- 1) Jika nilai t hitung $> t$ table maka H_0 ditolak dan H_1 diterima
- 2) Jika nilai t hitung $< t$ table maka H_0 diterima dan H_1 ditolak